



Inscription  
en ligne avant  
le 17 Oct. 22

# FORMATION D'ANIMATEUR-TRICES SPORT SANTÉ ÇA VA LA FORME

**FORMATION DISTANCIELLE (CHEZ SOI)**

**DU 18 NOV. 2022 AU 03 MARS 2023 SUR PLATEFORME NUMÉRIQUE**

**FORMATION PRÉSENTIELLE (EN CENTRE)**

**DU 13 AU 15 JANVIER 2023 À L'ASSER 84,  
546 CHEMIN DES RAMIÈRES - 84700 SORGUES**

**+ 15 HEURES DE STAGE EN ALTERNANCE**

Infos : [cathy@paca.fsgt.org](mailto:cathy@paca.fsgt.org) / 06 03 87 21 54

Dans le cadre du dispositif Sport sur ordonnance, arrêtés du 8 novembre 2018 et du 19 juillet 2019.



# FORMATION COMPLÉMENTAIRE POUR LES ANIMATEURS-TRICES SPORTIF-VES FSGT

## CONTEXTE

Le dispositif « **Sport sur ordonnance** » permet aux patient·es atteint·es d'une affection longue durée (ALD), de pathologies chroniques ou en pertes de mobilités de pouvoir se faire prescrire, par leur médecin traitant, une activité sportive adaptée. La qualité des intervenant·es autorisé·es à encadrer une activité adaptée dans le cadre de ce dispositif est défini par le [décret n° 2016-1990](#) du 30 décembre 2016.

Pour découvrir  
la formation  
en vidéo  
cliquez ici



## PRÉREQUIS

- Être titulaire du Prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1)
- Être titulaire d'un Brevet Fédéral d'Animation (BFA) FSGT niveau 2 ; ou d'un CQP de la CPNEF Sport inscrit sur l'arrêté du [19 juillet 2019](#) ; ou d'autres diplômes sportifs supérieurs

*NB : Cette formation Sport Santé restera ouverte et accessible à toute personne intéressée même si elle ne possède pas de BFA FSGT. Elle se verra alors délivrer une attestation de présence mais ne sera pas diplômée à l'issue de la formation (une attestation de participation lui sera alors délivrée à la demande).*

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Immersion dans des séances types
- Travail en groupe d'analyse et de proposition de séances

## DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

Cette formation se déroulera sur 16 semaines, soit 70 heures :

- Temps de formation dits « présentiels » (20 heures)
- Temps de formation numériques dits « distanciels » (30 heures) en e-learning sur la plateforme « Claroline Connect »
- Temps de visioconférence (5 heures)
- Stage d'animation (15 heures)

Cette formation sera encadrée par des formateurs et formatrices inscrit·es sur la liste nationale FSGT des formateurs et formatrices habilité·es et des intervenant·es expert·es.



## COMPÉTENCES VISÉES

- Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.
- Savoir réaliser l'évaluation initiale de la situation du ou de la patient·e en incluant l'identification de freins, leviers et de facteurs motivationnels.
- Être capable de concevoir, co-construire et planifier un programme d'activité physique individualisé et pertinent qui soit adapté à l'état de santé de la personne.
- Savoir mettre en œuvre un programme.
- Savoir évaluer à moyen terme un programme.
- Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique.
- Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.



**Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à cette formation ?**

Consultez-nous : nous évaluerons la possibilité d'aménager la formation.

# CONTENU DE LA FORMATION

## DISTANCIÉL

**SEMAINE 1** (Vendredi 18/11) : Visioconférence d'ouverture à 13h + Prise en main de la plateforme / ALD et sport sur ordonnance

**SEMAINE 2** (25/11) : Pathologies métaboliques

**SEMAINE 3** (02/12) : Pathologies cardiovasculaires

**SEMAINE 4** (09/12) : Visioconférence d'étape à 13h + Pathologies neurologiques partie 1

**SEMAINE 5** (16/12) : Pathologies neurologiques partie 2

**SEMAINE 6** (23/12) : Pathologies respiratoires et locomotrices

**SEMAINE 7** (30/12) : Pathologies cancer

**SEMAINE 8** (06/01) : Vérification des quiz (repos !)

**SEMAINE 9 : PRÉSENTIEL**

**SEMAINE 10** (20/01) : Retour sur les apports du présentiel

**SEMAINE 11** (27/01) : Outils de l'animateur-trice

**SEMAINE 12** (03/02) : Dos

**SEMAINE 13** (10/02) : Femmes enceintes

**SEMAINE 14** (17/02) : Alimentation nutrition

**SEMAINE 15** (24/02) : Hygiène de vie du sportif-ve

**SEMAINE 16** (03/03) : Rendu du rapport d'animation

via la  
plateforme  
numérique  
**Claroline  
Connect**

## PRÉSENTIEL

<b>VENDREDI 13 JANVIER</b>	17h-17h30	Accueil - Point administratif
	17h30-18h	Présentation des stagiaires et des formateurs-trices
	18h-18h45	Bilan des semaines de formation sur la plateforme
	19h-21h	Psychologie et accueil de la personne Passage des tests de la condition physique
<b>SAMEDI 14 JANVIER</b>	9h-10h	Analyse des tests
	10h15-12h15	BIOÉNERGÉTIQUE - Pratique et théorie
	13h30-15h30	NEUROMOTEUR - Pratique et théorie
	16h-18h30	Effet des médicaments et des APS
	18h30-19h	Questions sur le stage
<b>DIMANCHE 15 JANVIER</b>	8h30-10h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE - Pratique et théorie
	10h30-12h45	SOUPLESSE - Pratique et théorie
	14h-16h15	Étude de cas
	16h15-17h	Bilan

### + STAGE D'ANIMATION

15 heures d'animation à effectuer dans votre structure de la semaine 4 à la semaine 16.

# ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

## MODALITÉS DE VALIDATION ET D'ÉVALUATION

- Épreuves de connaissances par des quiz en ligne
- Fiche de suivi du distanciel
- Feuille d'émargement du présentiel et du stage d'animation
- Écriture d'un rapport d'animation, et évaluation par un jury

## DIPLÔMES REMIS



**Diplôme Animateur Sport Santé Ça Va La Forme FSGT**  
Pour les licencié.es FSGT titulaires (a minima) d'un BFA FSGT niveau 2 ou d'un CQP



**Qualification complémentaire Activités Physiques et Sportives sur Prescription Médicale**  
Pour les titulaires d'un CQP de la CPNEF Sport reconnu par arrêté du 19 juillet 2019

## TARIFS

**FRAIS D'INSCRIPTION**, comprenant : frais de dossier + formation e-learning + formation présentielle + repas lors du présentiel (vendredi soir, samedi et dimanche midi) :

**150 €** Tarif pour les licencié-es FSGT (depuis plus d'un an) et d'une attestation d'appartenance à un club affilié FSGT (modèle à [télécharger ici](#))

*NB : Toute personne titulaire du livret d'animation FSGT à jour peut bénéficier de 50% de prise en charge des frais d'inscription par le Domaine Formation, avec un maximum de 80€/an. La demande de prise en charge doit se faire en amont de la formation auprès du domaine formation. Contact : [formation@fsgt.org](mailto:formation@fsgt.org).*

**350 €** Tarif pour les non-licencié-es  
(le financement par des fonds publics n'est pas possible actuellement sur cette formation).

### OPTIONNEL :

**30€** Repas festif et convivial du samedi soir

### INFOS HÉBERGEMENT :

Hôtel à proximité : Ibis budget Avignon Nord, 643 av. de Fontvert, 84130 LE PONTET

## INSCRIPTION EN LIGNE

Votre inscription en ligne sera effective seulement :

- À réception de votre **PSC1 + PIÈCE D'IDENTITÉ + DIPLÔME SPORTIF** (le cas échéant) + **ATTESTATION DE CLUB** (pour les licencié-es FSGT ; un contrôle licence sera effectué), à envoyer à [cathy@paca.fsgt.org](mailto:cathy@paca.fsgt.org)
- À réception de votre **RÈGLEMENT** (Chèque à l'ordre de la ligue FSGT Alpes-Méditerranée), à envoyer à Ligue FSGT, à l'attention de Cathy Stella, 8 rue de la République, 13001 MARSEILLE

Nombre de places limitées

Confirmation de votre entrée en formation après réception et étude de tous les dossiers COMPLETS.

